

王蓉:自律铺就坦途 热爱点亮征程



■文/图 本报记者 尹晓玉
在临颍一高2025届毕业生中,王蓉的成长历程是一部充满转折与突破的青春奋斗史。从被小学老师断言“太笨”缺乏读书天赋,到高考取得优异成绩,她以锲而不舍的精神和主动探索的勇气,不断调整航向,最终收获属于自己的精彩。

小学阶段,王蓉就读于一所城中村小学,低年级成绩平平,直至高年级才渐有起色。升入临颍一高附中后,竞争骤然激烈,她的成绩在很长一段时间里都与“前列”无缘。初三那年,新冠疫情来袭,她被迫居家学习。失去课堂的监督 and 同学的比拼,她意识到自律的重要性。于是,她为自己制订了详细的计划——从早读、网课到课后练习、错题整理,每一项都严格执行。居家期

间,她通过重新梳理知识并查漏补缺,逐渐夯实了自己的知识体系。返校后,她的成绩突飞猛进,一跃进入年级前列。

然而进入高中后,新的挑战接踵而至,她的成绩再次下滑。“每个阶段都是新的挑战。”王蓉坦言,初高衔接曾让她失落,但家人“支持却不干涉”的态度给了她喘息与调整的空间。她的父母学历不高,父亲常年在外务工,母亲始终在她身边陪伴、守护,并成为她一路拼搏的动力。

“高中学习没有万能模板,就像天气多变,只能因时制宜。”王蓉总结道。对照自身成绩、性格及学科特点,她不断微调策略:语文,她学会站在命题者角度思考;数学,她集思广益,拓展解题路径;英语,她主

动利用学校资源反复精练。选科时,她坚定地追随自己的兴趣:历史的厚重、数学公式的逻辑之美都令她充满动力。进入合适班级后,她在互助氛围中分享解题心得,也在分享中反观自身不足,成绩随之稳步提升。

谈及如何解压,她笑称有三件“法宝”:向老师和同学倾诉、课后校园漫步、坚持运动。同时,她还会随心记录想法、抄写诗词文章,使自己在字里行间平复心绪。

“奋斗的过程值得回味。”回望高中,她感慨良多:那些伴随压力的动力、克服困难的勇气、收获成长的喜悦都已成为人生最宝贵的财富。她的手故事印证:找准方向、主动探索、灵活调整,每个人终将绽放属于自己的光芒。

教育监督热线

13303958277 13503959800

微信公众平台



- ◆政策信息
- ◆教育视窗
- ◆投诉建议
- ◆违规举报

习作园地

梦启西校区

■漯河高中一西(1)班 刘昱含

五月,我们25名学生代表满怀期待与好奇,在老师的带领下,参观了即将启用的漯河高中西校区。

西校区坐落于西城区沙澧湾通工程以西、长江路以南。这里交通便利、环境宜人,周边配套设施逐步完善,为师生们提供了良好的学习和生活环境。

我们来到学校的东门,映入眼帘的是西校区建设项目规划方案图。从学校的俯瞰图上可以看到,整座校园宛若一柄温润的玉如意卧于葱茏之中,将文脉与灵气聚为一体。主教学楼以双龙之势蜿蜒伸展,仿佛引领深高学子在知识的星河中前行。

踏入崭新的校园,我被眼前的一切深深震撼,真切感受到一所现代化校园的独特魅力与蓬勃生机。学校建筑面积约17.45万平方米,涵盖教学楼、实验楼、学生餐厅、宿舍、综合办公楼、图书馆、报告厅、文体中心等建筑,所有建筑均装有中央空调系统。这里的每一间教室都配备了先进的交互式智能黑板,让知识的传递更加生动直观。实验楼里,精密的实验仪器将助力同学们探索科学的奥秘,培养实践能

力与创新思维。宿舍采用上床下桌的布局,让学生们在学习之余,拥有一个舒适的住宿环境。餐厅设计典雅,供应丰富的早餐、可口的午餐和晚餐以及各种特色小吃、甜品与饮品。

参观过程中,老师还向我们介绍了西校区的办学理念和发展规划。西校区将不断创新教育教学模式,为我们提供更加优质的教育资源和平台。一批经验丰富、德才兼备的骨干教师与充满活力、富有创新精神的青年教师将会聚于此,秉持“创中华名校,育民族英才”的理念,以渊博的学识、高尚的师德,为同学们传道授业解惑,成为同学们成长道路上的引路人。

西校区的建成,极大地满足了群众对优质高中教育资源的需求,是城市教育发展的重要里程碑。它承载着无数人的期望与梦想,正以昂扬的姿态迎接莘莘学子的到来,向着“中原名校”“全国一流”的目标奋勇迈进!

我期待早日搬进西校区,也盼望更多学弟学妹走进这座美丽、现代且充满希望的漯河高中新校园。在这片沃土上,我们必将茁壮成长,实现各自的梦想。

指导教师:赵一鸣

教育时评

给青少年心灵撑好“保护伞”

■孔德洪

近年来,越来越多的家长重视孩子的心理健康。对心理咨询服务个性化的需求日益增加,带来商业心理咨询机构数量的快速增长。然而,行业的鱼龙混杂却让一些家长和孩子踩了“雷区”:有的机构把基础的“沙盘游戏”包装成高端心理治疗,收取高额的咨询费用;有的咨询师仅经过短期培训就上岗,难以精准把握孩子的心理特点;更有机构为牟利,刻意夸大服务效果,诱导家长购买不必要的长期服务。

上述乱象的发生与当下心理健康咨询行业的不甚成熟有关。一方面,行业门槛有待提高。例如,全国范围内的心理咨询服务和健康咨询服务(不含诊疗服务)不需要特别行政许可,只需要依法办理工商登记。另一方面,行业监管仍存真空地带。如个人成立的心理健康咨询机构在组建和运营过程中虽涉及工商管理、卫生健康、市场监管等部门,但缺乏有力的全链条监管。一旦孩子接受服务时出现问题,家长往往需要在部门间辗转投诉。

心理咨询不是普通服务,而是一项对专业要求颇高的工作。面对行业乱象,当务之急是探索建立全国统一的执业标准,同步规范培训与认证体系,明确心理咨询师的学历要求、专业训练时长、实习经历等硬指标。同时,出台考核标准与流程,形成规则统一、认证规范、监管有力的专业准入体系,从源头保障服务的专业性。

为青少年提供心理咨询服务,需要更专业 and 更细化的规范指引。青少年正处于三观形成的关键阶段,其心理健康问题涉及家庭、学校、社会及个体生理变化等多重因素。这要求咨询师既懂心理学专业知识,又懂青少年成长规律,还应具备基本的伦理底线。青少

年心理咨询应有一定专业门槛和行业公约。比如,要求机构公示咨询师资质、服务流程、收费标准,接受社会监督;建立相应服务质量评估机制,定期抽查咨询记录,防止虚假服务等。

对于市场上营利性性质的心理咨询机构,要切实让监管长出“牙齿”。可探索由卫健委牵头、多部门联动处理的全链条监管机制。推行“红黑名单”制度,将涉及虚假宣传、违规收费、造成二次伤害的机构列入黑名单,向社会依法公开;对专业过硬、口碑良好的机构给予一定的政策支持,形成优胜劣汰的良性运行机制。

行业的健康发展离不开自律与他律的结合。应强化行业协会作用,鼓励成立全国性、地方性心理咨询行业协会,推动制订行业标准与伦理准则,为机构和咨询师建立信用档案,记录服务质量、投诉处理及违规情况,并定期向社会公开信用评级,引导消费者理性选择。同时,开展常态化继续教育,提升从业者专业素养。

家长为孩子选择心理咨询服务时,也要理性慎重。当孩子出现情绪问题,不宜因焦虑放大问题,可先与孩子进行深入沟通。若需要专业帮助,优先考虑校内心理健康教育资源、公立医院心理科以及行业协会推荐的正规机构。选择时要注意核实机构是否明确区分“咨询”与“治疗”业务以及咨询师是否具备相关资质与从业经历,避免轻信“包治愈”等夸大宣传。

随着行业规范更清晰、监管更有力度、服务更专业,相信青少年在遇到情绪波动或成长困惑时,将更加敢于向外界敞开心扉,乐于向专业力量寻求帮助,善用科学方法疏导情绪。这既是家庭与社会的共同期盼,也是心理健康服务体系成熟的应有之义。



7月30日上午,漯河小学组织师生代表走进漯河军分区,开展2025年庆“八一”双拥共建暨国防教育主题活动。



7月29日,市实验小学组织学生到武警漯河支队开展“礼献忠诚卫士 献爱‘八一’军营”国防教育活动。

郾城区东街小学开展庆“八一”系列活动

7月24日至30日,郾城区东街小学开展庆祝“八一”建军节系列活动,采取观影、创作、写作等形式,引导学生重温峥嵘岁月、传承红色基因。

全校学生居家观看了《建军大业》《开国将师

1955》等红色影片,在光影中感受南昌起义的枪声、井冈山会师的星火、抗美援朝的壮烈。观影后,学生们查阅军史资料,了解人民军队从无到有、由弱到强的光辉历程,五年级学生还撰写了电影观后感。

在“我心中的解放军”主题绘画活动中,一、二年级的学生以真挚的笔触勾勒心中的英雄;三、四年级学生则以“建军节的故事”为主题绘制手抄报,把英雄事迹、强军格言与精彩图画融为一体,表达对军人的崇敬之情。 李宜静

教师手记

■张杰英

在教育的海洋中航行,既有波涛汹涌的艰难时刻,也有风平浪静的美好瞬间。翻开《一切风平浪静》这本书,细腻的文字、真挚的情感和深刻的道理,如点点星光,照亮了我对教师职业的诸多感悟。

作为一名教师,“一切风平浪静”这句话宛如一句箴言,时时提醒我尊重教育的节奏、相信耐心的力量。课堂上,我们常常期待学生能够迅速理解知识、积极回应提问,可他们有自己的学习节奏,就如同花朵各有花期。有的学生一点就通,有的学生则需要反

复琢磨、多次练习才能掌握相应的知识。此时,教师的等待就成了一种必要的姿态。

我想起曾经教过的一个学生。他叫小杨,在美术学习上总是稍显吃力。起初,我也会着急,尝试用各种方法给他反复讲解,恨不得他立刻开窍。但是,我越着急,他就越紧张,错误反而更多了。于是,我调整心态,不再急于求成,而是给他制订了学习计划:分步骤学习、耐心陪伴、慢慢前行。这个过程就像是在等待一场花开。我知道,只要用心浇灌、耐心守候,总有一天他会绽放。果不其然,经过几个月的努力,小杨的素描有了明显

的提高,更重要的是,他重拾自信,眼中燃起对知识渴望的光芒。

《等一切风平浪静》让我深切体会到,共情是人与人交往的纽带;在师生之间,它更是沟通桥梁的基石。每个学生都带着独特的家庭背景与经历走进校园,其行为与想法背后,往往藏着我们未曾知晓的故事。

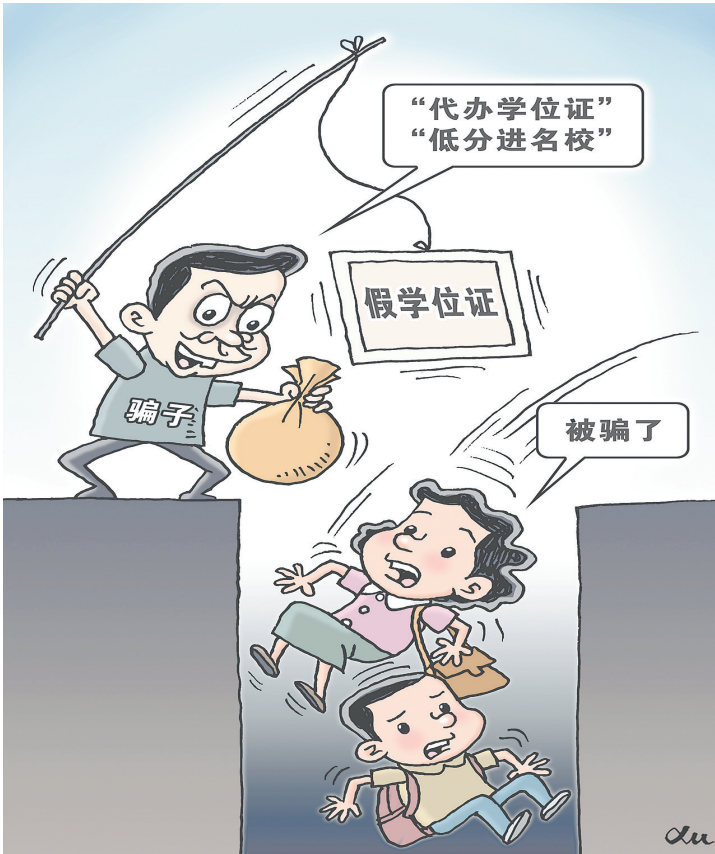
有一段时间,班里的小杨同学突然变得沉默寡言,上课也总是心不在焉。我察觉到她的异样,课后便找她谈心。起初,她只是低头不语。我没有追问,只是轻轻地握住她的手,说自己小时候也曾不开心、不想说话,那

种被烦恼萦绕的滋味真不好受。也许是我的这番话触动了她,她慢慢地抬起头,眼含泪花,向我倾诉了家里发生的变故以及她的忧虑与无助。那一刻,我深切地感受到,只有真正站到学生角度,共情他们的痛苦与困惑,才能推开他们的心门,走进他们的内心世界。

作为教师,我们要理解学生在成长过程中面临的各种压力,无论是学业竞争的焦灼、同伴相处的困扰,还是家庭期望的重负,我们要用柔软的心去包容他们的不足,用理解的目光去看待他们偶尔的犯错。

教育之路从来都不是一帆

风顺的,会有疲惫,会有迷茫,也会遇到数不清的挑战。但是,只要我们怀揣对学生的爱,对他们保持耐心、共情与理解,那么无论遭遇怎样的狂风暴雨,终将迎来风平浪静的美好时刻。那些曾经为学生进步而欣喜、为他们的挫折而揪心、为解决班级问题而绞尽脑汁的日子,都将汇聚成教育生涯最宝贵的财富。我们在等待学生成长的同时,自己也在不断成长。在这一过程中,我们收获的不仅是学生优异的成绩与良好的品德,更是深厚的师生情谊以及见证生命绽放的深深感动。



你身边是否有这样的“传言”:花钱就能找人代办学位证?考生身份转为“国际交流生”就能低分录取……注意了,那可能是骗子在向你招手。

新华社发

本版组稿:李永辉

教育中的风平浪静